



Embora polémica, a questão das drogas, do seu uso e abuso, é uma questão maior, que afeta cada vez mais pessoas e devasta cada vez mais famílias. Importa, por isso perceber que embora não haja respostas infalíveis, há caminhos mais seguros que outros.

## O lado dos Pais

Nos dias que correm e principalmente nos centros urbanos, pequenos ou grandes, é muito difícil que um jovem não esteja exposto às drogas, cada vez mais variadas e de baixo custo.

A curiosidade, a desinibição que a maioria destas substâncias provoca, o desejo de se igualar aos outros, a facilidade cada vez maior do seu acesso, o surgimento contínuo de novas drogas e principalmente o prazer inicial que provocam, originam novos consumidores, novos padrões de consumo, a tendência para o policonsumo (utilização de múltiplas substâncias lícitas e ilícitas, como o álcool, o tabaco, o haxixe, a cocaína), resultando em efeitos nocivos para a saúde do indivíduo.

Na década de 1960, quando o alcoolismo foi reconhecido como doença pela Organização Mundial de Saúde, estimava-se em cerca de 20 anos o tempo de progressão do uso de álcool ao abuso e ao colapso da funcionalidade de quem bebia. No entanto, hoje em dia, e dada a qualidade e poder de intoxicação cada vez maior das novas drogas, o tempo decorrido entre o uso recreativo e o aparecimento de problemas, cada vez diminui mais.

A sociedade em geral ainda faz uma ideia errada e uma diferença moral entre o consumo de drogas legais como o álcool, ou a dependência de calmantes ou analgésicos e as drogas ilegais como o haxixe, a cocaína, a heroína, ou o ecstasy, mas a dependência é a mesma, desenvolve-se da mesma forma, com os mesmos prejuízos individuais, familiares, sociais, emocionais e mentais. Ainda permanecem na nossa sociedade alguns estereótipos como: álcool para os mais velhos, haxixe para os mais novos, cocaína para os ricos, calmantes para as mulheres.

### A Causa

A questão da toxicodependência é de tal forma complexa que se torna difícil encontrar uma resposta ou uma explicação que esclareça a origem dos comportamentos aditivos. Sabemos hoje que a adição resulta da interligação de fatores biológicos, psicológicos, sociais e até genéticos, para além da influência da família, numa primeira fase e do grupo de pares, mais tarde, não es-



quecendo, claro está, o peso dos fatores individuais. A impulsividade, a incapacidade de resistir à frustração, a necessidade de gratificação imediata, a tendência para a transgressão, o risco e a constante procura de sensações fortes, podem estar, entre outros fatores, na base da explicação. Por outro lado, desvalorizam-se as atitudes críticas, a assertividade, o autocontrolo, a responsabilidade, a tomada de decisão e a análise dos riscos, bem como, o facto de alguns comportamentos serem, de uma forma geral, influenciados pela percepção de normalidade, desvalorizando os efeitos nocivos do consumo de drogas.

A investigação tem concluído

factos que deveriam merecer a atenção. Por exemplo, sabese que se deve trabalhar com a família, a escola e o grupo de pares, num esforço preventivo global, o único capaz de originar bons resultados. Na família, importa reter que a atitude de aceitação por parte dos pais e a sua permissividade em relação ao consumo dos filhos, bem como, a menor proximidade parental, são fatores de risco para o início do consumo de uma substância aditiva. Aos pais, compete ter uma atitude firme perante esta questão. Se não beberem ou tiverem apenas um consumo moderado, se forem críticos em relação à primeira embriaguez, se não tiverem bebidas facilmente acessí-

veis em casa (sobretudo quando se ausentarem), se traçarem limites aos horários de saída, estarão no caminho da prevenção de tantas situações que os preocupam.

A prevenção dos conflitos familiares faz-se através da convivência diária, em casa. Faz-se na comunicação, através da comunicação e com base no respeito mútuo, não significando que os pais não possam a vir a ser confrontados com factos ocasionais preocupantes, uma vez que a comunicação e o respeito são importantes mas não constituem um antídoto absoluto. Até porque os jovens estão expostos a uma série de estímulos fora da família, e mesmo quando os pais sabem onde estão os filhos, des-

conhecem o que estão a fazer, os riscos a que estão sujeitos e os perigos a que estão expostos. Com os filhos adolescentes os pais, para além do seu papel de educadores, devem também partilhar sorrisos, confiança, histórias vividas, alegrias, preocupações e dúvidas. Ou seja, os pais devem comunicar com arte: determinar regas e limites, saber ouvir, serem coerentes e assertivos nas decisões que tomam e respeitar a diferença. Assim nasce a confiança e tecem-se boas relações entre pais e filhos. □

Teresa Fernandes – Socióloga

Unidade Operacional de Intervenção em Comportamentos Aditivos e Dependências – UCAD Instituto de Administração da Saúde e Assuntos Sociais, IP-RAM